

給食だより

R2年1月 志木第二中学校

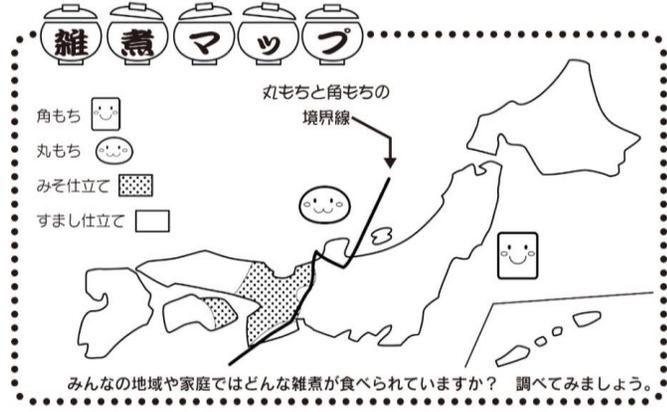
3学期は1月6日（水）が始業式で1月7日（木）から給食がスタートします。
 今年も安全でおいしい給食をみなさんに届けられるよう、給食室一同頑張りますのでよろしくお願いいたします。

~日本のお雑煮文化~ 知れば知るほど面白い

お正月といえばお雑煮ですが、お雑煮は地方・地域によって入れる具材や汁の味付け、もちの形も様々です。皆さんの家庭では、どんなお雑煮を食べましたか？

- ~入れる具材~
- 里芋...関東、近畿、九州地方
 - 豆腐...全国
 - 鶏肉...東北、信越、関東、東海、九州地方
 - 塩鮭...新潟県
 - 牡蠣（かき）...広島県
 - 小豆...島根県
 - くじらの皮...青森県

ここで紹介したのは一例で、全国には他にもいろいろなお雑煮があります！

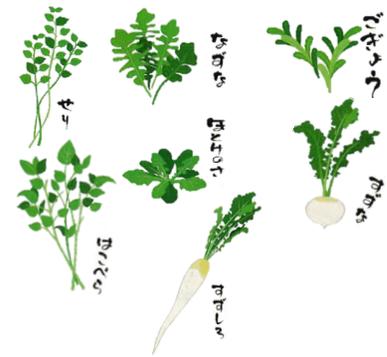


春の七草由来

中国の前漢の時代に、元旦は鶏、2日は狗（犬）、3日は猪、4日は羊、5日は牛、6日は馬、7日は人の日としてそれぞれの占いをたて、8日に穀を占って新年の運勢を見ていたと言われています。唐の時代には、人の日に「七種菜羹（ななしゅさいのかん）」という7種類の若菜を入れた汁を食べて、無病息災を願うようになりました。羹はあつもの、汁という意味です。

春の七草とは

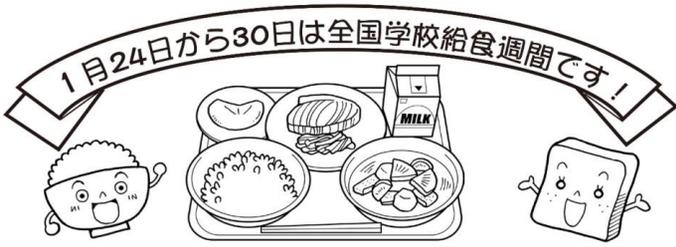
- 芹（せり）→水辺の山菜で香りがよく、食欲が増進。
- 薺（なすな）→別名ぺんぺん草。江戸時代にはポピュラーな食材でした。
- 御形（ごぎょう）→別称は母子草で、草餅の元祖。風邪予防や解熱に効果がある。
- 繁縷（はこべら）→目によいビタミンAが豊富で、腹痛の薬になった。
- 仏の座（ほとけのざ）→別称はタピラコ。タンポポに似ていて、食物繊維が豊富。
- 菘（すずな）→蕪（かぶ）のこと。ビタミンが豊富。
- 蘿蔔（すずしろ）→大根（だいこん）こと。消化を助け、風邪の予防にもなる。



1/7（木）給食に七草雑煮が出ます。



明治22年の給食 学校給食の始まり
 * おにぎり
 * 塩鮭
 * 菜の漬物



明治22年山形県鶴岡市の小学校で、生活が苦しい家庭の子どもを対象に昼食を出したことが学校給食の始まりといわれています。当時の給食はおにぎり、焼き魚、漬物といった簡素なものでした。その後、全国に広まった給食ですが、戦争でしばらく中断されました。戦後、海外からの救援物資で再開された学校給食は、栄養が不足しがちだった多くの子どもたちを救いました。今は豊かになった日本ですが、当時の気持ちを忘れないために設けられたのが「全国学校給食週間」です。この週間を通し、食べ物や作る人々の思いに感謝し、食べることの大切さをあらためて考えてもらえると嬉しいです。

